

ABREU, Thais de. Fatores influenciadores no comportamento alimentar de idosos. Bragança Paulista, SP: FESB, 2009. (IMPRESSO)

## RESUMO

O mundo esta passando por fenômenos de transição, demográficos e nutricionais. O estudo do comportamento alimentar é necessário para a prevenção e manutenção de determinadas doenças associadas ao consumo alimentar inadequado. No processo de envelhecimento, muitos fatores interferem na alimentação do idoso, sendo uma preocupação constante a desnutrição energética proteica, já que nesta faixa este distúrbio é elevado. Paralelo ao fenômeno do envelhecimento há uma preocupação dos indivíduos em relação ao envelhecer com qualidade. Alimentos como a linhaça, o camu-camu, a toranja, o avocado, a quinoa, tem sido recomendados por serem considerados alimentos funcionais. À associação com atividades físicas é uma microbiota intestinal fortalecida com os probióticos, prebióticos e os simbióticos podem ser novas alternativas que tornam mais interessantes a busca por alimentos nutritivos, para o alcance da longevidade. O presente trabalho objetiva, através da revisão de literatura, identificar quais são os fatores influenciadores do comportamento alimentar dos idosos, conhecer e discutir o modelo transteórico que rege o comportamento alimentar e analisar a contribuição da ciência da nutrição para o alcance da longevidade com qualidade de vida.